

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

11 ноября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                          |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак (Сахарный диабет) 7-11 лет                                       |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Макаронные изделия с<br>тертым сыром ; 211,48                            | 150                       | 8,32                    | 7,81  | 33,21 | 237,09                                            | 0,08          |   |            |      | 112,21                       | 102,69 | 13,13 | 0,85 |        |
| Масло сливочное ;<br>401,08                                              | 8                         | 0,06                    | 5,80  | 0,10  | 52,88                                             |               |   |            | 0,08 | 1,92                         | 2,40   |       | 0,02 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                                     | 200                       |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания (без сахара);<br>476,03 | 100                       | 3,20                    | 3,20  | 4,50  | 62,00                                             | 0,03          |   |            |      | 119,00                       |        | 14,00 | 0,10 |        |
| Яблоко ; 38,85                                                           | 110                       | 0,44                    | 0,44  | 17,27 | 74,80                                             | 0,03          |   |            |      | 17,60                        | 12,10  | 9,90  | 2,42 |        |
| Итого                                                                    |                           | 14,42                   | 17,55 | 68,88 | 492,77                                            | 0,26          |   |            | 0,08 | 259,43                       | 156,19 | 49,63 | 4,29 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет                                          |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Суп картофельный с<br>гречневой крупой ;<br>65,08                        | 200                       | 2,18                    | 2,53  | 13,20 | 84,58                                             | 0,09          |   |            |      | 12,08                        | 56,12  | 29,47 | 1,03 |        |
| Жаркое по-домашнему<br>из мяса птицы (филе<br>ЦБ); 684,55                | 160                       | 10,34                   | 12,68 | 20,85 | 238,68                                            | 0,17          |   |            |      | 22,39                        | 125,59 | 34,30 | 1,59 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                                     | 200                       |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Итого                                                                    |                           | 14,92                   | 15,51 | 47,85 | 389,26                                            | 0,38          |   |            |      | 43,17                        | 220,71 | 76,37 | 3,52 | 209,71 |

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

11 ноября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|---|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                          |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Завтрак (Сахарный диабет) 12-18 лет                                      |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |       |      |        |
| Макаронные изделия с<br>тертым сыром ; 211,61                            | 170                       | 9,42                    | 8,99  | 37,67 | 270,02                                            | 0,09          |   |            |   | 128,49                       | 116,27 | 14,96 | 0,97 |        |
| Масло сливочное ; 401                                                    | 10                        | 0,08                    | 7,25  | 0,13  | 66,10                                             |               |   |            |   | 2,40                         | 3,00   |       | 0,02 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                                     | 200                       |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |       |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |   | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания (без сахара);<br>476,03 | 100                       | 3,20                    | 3,20  | 4,50  | 62,00                                             | 0,03          |   |            |   | 119,00                       |        | 14,00 | 0,10 |        |
| Итого                                                                    |                           | 15,10                   | 19,74 | 56,10 | 464,12                                            | 0,24          |   |            |   | 258,59                       | 158,27 | 41,56 | 1,99 |        |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет                                         |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |       |      |        |
| Суп картофельный с<br>гречневой крупой ;<br>65,11                        | 250                       | 2,73                    | 3,16  | 16,18 | 104,23                                            | 0,11          |   |            |   | 20,16                        | 70,15  | 37,14 | 1,33 |        |
| Жаркое по-домашнему<br>из мяса птицы; 684,61                             | 200                       | 13,97                   | 16,68 | 25,54 | 307,73                                            | 0,21          |   |            |   | 28,33                        | 163,32 | 43,15 | 2,02 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                                     | 200                       |                         |       |       |                                                   |               |   |            |   |                              |        |       |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |   | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Итого                                                                    |                           | 19,10                   | 20,14 | 55,52 | 477,96                                            | 0,44          |   |            |   | 57,19                        | 272,47 | 92,89 | 4,25 | 191,24 |

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглий

Школьное меню для организации питания обучающихся.

11 ноября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                        | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                          |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Обед (Сахарный диабет) 7-11 лет (2 смена)                                |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Суп картофельный с<br>гречневой крупой ;<br>65,08                        | 200                       | 2,18                    | 2,53  | 13,20 | 84,58                                             | 0,09          |   |            |      | 12,08                        | 56,12  | 29,47 | 1,03 |        |
| Жаркое по-домашнему<br>из мяса птицы (филе<br>ЦБ); 684,55                | 160                       | 10,34                   | 12,68 | 20,85 | 238,68                                            | 0,17          |   |            |      | 22,39                        | 125,59 | 34,30 | 1,59 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                                     | 200                       |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Итого                                                                    |                           | 14,92                   | 15,51 | 47,85 | 389,26                                            | 0,38          |   |            |      | 43,17                        | 220,71 | 76,37 | 3,52 |        |
| Полдник (Сахарный диабет) 7-11 лет (2 смена)                             |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рыба запеченная с<br>овощами ; 591,4                                     | 90                        | 9,08                    | 8,00  | 6,28  | 134,37                                            | 0,09          |   |            |      | 46,74                        | 153,29 | 44,10 | 0,81 |        |
| Рагу из овощей (без<br>муки); 150,1                                      | 130                       | 2,28                    | 5,50  | 14,28 | 116,68                                            | 0,10          |   |            | 2,52 | 30,33                        | 58,25  | 27,08 | 0,99 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                                     | 200                       |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб<br>ржано-пшеничный<br>для детского питания ;<br>1,2                 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Кисломолочный<br>продукт для детского<br>питания (без сахара);<br>476,03 | 100                       | 3,20                    | 3,20  | 4,50  | 62,00                                             | 0,03          |   |            |      | 119,00                       |        | 14,00 | 0,10 |        |
| Итого                                                                    |                           | 16,96                   | 17,00 | 38,86 | 379,05                                            | 0,34          |   |            | 2,52 | 204,77                       | 250,54 | 97,78 | 2,80 | 209,71 |

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г.Уфа

И.П. Круглый

Школьное меню для организации питания обучающихся.

11 ноября 2025 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                               | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |   |            |      | Минеральные вещества<br>(мг) |        |       |      | Цена   |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------|-------|---------------------------------------------------|---------------|---|------------|------|------------------------------|--------|-------|------|--------|
|                                                                 |                           | Б                       | Ж     | У     |                                                   | В1            | С | А<br>(мкг) | Е    | Са                           | Р      | Mg    | Fe   |        |
| Обед (Сахарный диабет) 12-18 лет (2 смена)                      |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Суп картофельный с гречневой крупой ; 65,11                     | 250                       | 2,73                    | 3,16  | 16,18 | 104,23                                            | 0,11          |   |            |      | 20,16                        | 70,15  | 37,14 | 1,33 |        |
| Жаркое по-домашнему из мяса птицы; 684,61                       | 200                       | 13,97                   | 16,68 | 25,54 | 307,73                                            | 0,21          |   |            |      | 28,33                        | 163,32 | 43,15 | 2,02 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                            | 200                       |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб ржаной для 1,2                                             |                           | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Итого                                                           |                           | 19,10                   | 20,14 | 55,52 | 477,96                                            | 0,44          |   |            |      | 57,19                        | 272,47 | 92,89 | 4,25 | 191,24 |
| Полдник (Сахарный диабет) 12-18 лет (2 смена)                   |                           |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Рыба запеченная с овощами ; 591,11                              | 100                       | 10,44                   | 6,07  | 3,61  | 111,45                                            | 0,09          |   |            |      | 40,46                        | 165,35 | 41,92 | 0,70 |        |
| Рагу из овощей (без муки); 224,03                               | 150                       | 2,64                    | 6,35  | 16,50 | 134,77                                            | 0,11          |   |            | 2,90 | 36,03                        | 67,31  | 31,32 | 1,15 |        |
| Чай (б/сах) ; 282,08                                            | 200                       |                         |       |       |                                                   |               |   |            |      |                              |        |       |      |        |
| Хлеб ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2                 | 30                        | 2,40                    | 0,30  | 13,80 | 66,00                                             | 0,12          |   |            |      | 8,70                         | 39,00  | 12,60 | 0,90 |        |
| Кисломолочный продукт для детского питания (без сахара); 476,03 | 100                       | 3,20                    | 3,20  | 4,50  | 62,00                                             | 0,03          |   |            |      | 119,00                       |        | 14,00 | 0,10 |        |
| Итого                                                           |                           | 18,68                   | 15,92 | 38,41 | 374,22                                            | 0,35          |   |            | 2,90 | 204,19                       | 271,66 | 99,84 | 2,85 | 191,24 |

Начальник ОДП Исламова Н.А.